मस्तिष्क पक्षघातसम्बन्धी तथ्य तथ्याङ्कहरू

अन्तर्राष्ट्रिय गै.स.सं. संजाल अपाङ्गता कार्य समूह (AIN DWG), राष्ट्रिय अपाङ्ग महासंघ –नेपाल (NFDN), नेपाल स्वास्थ्य अनुसन्धान परिषद (NHRC) र विकलाङ्ग मित्र समूह/ अपाङ्ग बाल अस्पताल तथा पुनर्स्थापना केन्द्र (FOD/HRDC) सँगको सहकार्यमा अनुवादित अपाङ्गता–अध्ययन सामाग्री।

मस्तिष्क पक्षघात : रोकथाम र तत्काल गरिनुपर्ने कार्यक्रमहरू

मस्तिष्क पक्षघात समुदायमा पाइने बालबालिकाहरूमा हुने शारीरिक अपाङ्गताहरूको एक प्रमुख कारण हो । हरेक पाचँसय बालबालिकामा एक जनालाई मस्तिष्क पक्षघात भएको छ र संसारभरी एक करोड बालबालिकालाई मस्तिष्क पक्षघात भएको अनुमान छ ।

मस्तिष्क पक्षघात भनेको के हो ?

बच्चा गर्भमा रहदै, वा जन्मने बेला वा जन्मिसकेपछि मस्तिष्कमा हुने चोटपटकका कारण मस्तिष्क पक्षघात हुन्छ। यसले शरीरको अङ्गहरूको चाल र समन्वयमा प्रभाव पार्छ। प्रायः यस्ता व्यक्तिहरूमा मांसपेशीहरूको असाधारण खुम्चाई हुन्छ । कसै कसैमा मुर्छा पर्ने वा सुझबुझमा कम हुने वा कुराकानी राम्रो गरी बुझ्न नसक्ने हुन्छ। यो समस्याको उपाचार गरेर पनि पूर्णरुपमा निको हुँदैन ।

केही बालबालिकामा यो धेरै जटिल हुन्छ भने कसैमा सामान्य हुन्छ। जटिल समस्या हुनेहरूमा सुझबुझ नहुने देखि मुर्छा पर्ने सम्म हुन्छ। उच्च विकसित मुलुक जहाँ उच्च प्रविधियुक्त उपचार गर्न सकिन्छ , त्यस्तो ठाउँहरूमा समेत मस्तिष्क पक्षघात भएका मध्ये २५ प्रतिशत बालबालिकाहरू स्वतन्त्ररुपमा हिंडडुल गर्न सक्दैनन् । अल्पविकशित वा विकासशील मुलकहरूमा त यो प्रतिशत धेरै हुन्छ ।

मस्तिष्क पक्षघातका कारणहरू के के हुन् ?

तल उल्लेखित सहित मस्तिष्क पक्षघातका धेरै कारणहरू हुन सक्छन् ।

- गर्भावस्थामा हुने असरहरू
- प्रसवमा हुने अप्ठ्याराहरू
- महिना नपुगी जन्मिएका बच्चाहरू
- संक्रमणहरू
- वंशानुगत समस्याहरू
- मस्तिष्क औलो ज्वरो

सीविएमले अफ्रिकामा गरेको काम र अनुभवको आधारमा ३ वर्ष मुनिका बालबलिकाहरूमा औलो ज्वरो मस्तिष्क पक्षघातको प्रमुख कारण हो । युगान्डामा गरिएको एक अध्यननले मस्तिष्क औलो ज्वरो भएर बाचेँका ६० प्रतिशत बालबालिकाहरूमा मस्तिष्क पक्षघात भएको छ।

मस्तिष्क पक्षघात भएका बालबालिका र उनीहरूको परिवारले ती बालबालिकाहरूको हिडडुल, दैनिक विद्यालय आउने जाने र स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्ने कुरामा अप्ठ्यारा र चुनौतीहरू सामना गरिरहेका छन् । त्यस्ता बालबालिका र परिवारहरूलाई भेदभाव, हेला र पछाडि पार्ने गरिन्छ ।

मस्तिष्क पक्षघात कसरी रोकथाम गर्न सकिन्छ ?

प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा प्रवर्द्धन लगायत निम्न कुराहरू गर्न सके मस्तिष्क पक्षघात रोकथाम गर्न सकिन्छ ।

- परिवार नियोजन र जन्मान्तर ।
- गर्भवती सेवा, उपयुक्त पोषण, खोप सेवामा पहुँचका साथै विषालु पदार्थहरूसँगको सम्पर्क कम गर्ने ।
- सुरक्षित तवरले बच्चा जन्माउने
- मस्तिष्क औलो ज्वरो जस्ता जटिल संक्रमणबाट नवजात शिशुहरूलाई बचाउने ।

मस्तिष्क पक्षघातको रोकथाम र तत्काल गरिनुपर्ने उपचार गर्न सीवीएमका के के रणनीतिहरू छन् ?

सीवीएमले निम्न दुई तरिकाहरूबाट मस्तिष्क पक्षघातको रोकथाम गर्ने रणनीति लिएको छ ।

- शारीरिक अशक्तता र अपाङ्गतालाई रोकथाम गरी बालबालिकाको प्रारम्भिक स्वास्थ्य र विकासमा कसरी सुधार ल्याउने भन्ने फ्लिपचार्टको प्रयोग गरी स्वास्थ्य प्रवर्द्धन र शिक्षा मार्फत रोकथामका कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्ने ।
- मस्तिष्क पक्षघात भएका बालबालिकालाई कसरी सहयोग गर्ने भन्ने फ्लिपचार्टको प्रयोग गरी तत्काल पुनस्थापनाका कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्ने ।

यी दुबै सामग्रीहरू समुदायमा स्वास्थ्य सेवा दिने र प्राथमिक स्वास्थ्यमा काम गर्ने व्यक्तिहरूका लागि तयार गरिएका हुन् । फ्लिपचार्ट सहित अन्य पाठ्य सामग्रीहरू समुदायमा स्वास्थ्य शिक्षा दिन उपयोगि छन् । त्यसैगरी पाठ्य सामग्रीहरू समुदायमा आधारित पुनस्थापन कार्यकर्ताहरूको तालिमका लागि उपयोगी हुने छन् । सीवीएमले यो पाठ्यक्रम मार्फत स्तर निर्धारण गरिएको तालिम कार्यक्रमलाई मात्र प्रयोगमा ल्याउन आफ्ना साझेदार संस्थाहरूलाई प्रोत्साहित गर्छ ।

मस्तिष्क पक्षघात भएका बालबालिकालाई कसरी सहयोग गर्ने भन्ने फ्लिपचार्टका सम्बन्धमा

समुदायमा मस्तिष्क पक्षघातसम्बन्धी काम गरेर खारिएका सीवीएमका साझेदार संस्थाहरूका विज्ञहरूको टोलीले यो फ्लिपचार्ट तयार गरेको हो । मस्तिष्क पक्षघात भएका शिशुहरूलाई पुनस्थापनासम्बन्धी सेवाहरू स्वास्थ्य संस्थाहरूबाट भन्दा उनीहरूलाई स्याहारसुसार गर्ने व्यक्तिहरू मार्फत दिन प्रभावकारी र उत्तम मानिन्छ । त्यस्ता बालबालिकाहरूको भविष्य उज्जवल बनाउन उनीहरूलाई आवश्यक सीप दिन जरुरी छ । मस्तिष्क पक्षघात भएका बालबालिकाहरूलाई जतिसक्यो सानो उमेरमा नै पुनस्थापनासम्बन्धी सेवाहरू पुऱ्याउनुपर्छ । फ्लिपचार्टले स्याहारसुसार गर्ने व्यक्तिहरूलाई यस्ता बालबालिकाहरूको पुनस्थापनाका लागि घरमा नै गर्न सकिने सेवाहरूको बारेमा बुझ्न सजिलो बनाउँछ । यसमा बालबालिकालाई कसरी राख्ने, खुवाउने, दिसा पिसाब गराउने जस्ता आधारभूत कुराहरू राखिएको छ । त्यस्तै गरी मस्तिष्क पक्षघात भएका बालबालिकाहरूलाई कसरी परिवार, समुदाय, शैक्षिक संस्था र सामाजिक क्रियाकलापमा सहभागी बन्न सहयोग गर्ने भन्ने कुराको पनि व्याख्या गरिएको छ ।

शुरुका दुइपानामा मस्तिष्क पक्षघातका जटिलता, लक्षण, चिन्हहरू र मस्तिष्कमा भएको क्षतिको बारेमा व्याख्या गरिएको छ । यो कुरा अभिभावक र स्याहार सुसार गर्ने व्यक्तिको लागि बुझ्न अप्ठ्यारो वा गाह्रो हुन सक्छ । त्यसो भएको खण्डमा सिविआर कार्यकर्ताले फ्लिपचार्टको पछिल्लो खण्डमा उल्लेख गरिएका विषयहरू जस्तैः मस्तिष्क पक्षघात भएका बालबालिकाहरूलाई दैनिक जीवन, उनीहरूलाई चाहिने माया, स्याहार सुसारसम्बन्धी विषयबाट आफ्ना कुराहरू शुरु गर्न सक्छन् । मस्तिष्क पक्षघात भएका बालबालिकाहरूको सहयोगसम्बन्धी निर्देशिकामा फ्लिपचार्टमा भएका सन्देशहरूलाई बृस्तितीकरण गरिएको छ ।

यो निर्देशिका सामुदायिक कार्यकर्तालाई तालिम दिने प्रशिक्षकहरूले प्रयोग गर्छन् । यो निर्देशिका हेस्पेरियन फाउन्डेसनको स्वीकृति लिएर डेविड वर्नरले लेखेको आपाङ्ग बालबालिका भन्ने पुस्तकबाट लिइएको हो । त्यसैले, अन्य महत्वपूर्ण ज्ञान र प्रविधिसम्बन्धी जान्न मन लागेमा उक्त पुस्तकको अरु पाठहरू पनि अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

मस्तिष्क पक्षघातको तत्काल गरिने पुर्नस्थापनासम्बन्धी कार्यक्रम सामग्री कसरी प्रभावकारी कार्यान्वयन गर्ने ?

- सीवीएमका समुदायमा रहेका परियोजना र कार्यक्रमहरू मार्फत मस्तिष्क पक्षघात पुर्नस्थापनासम्बन्धी कार्यक्रमहरू कार्यान्वयन गर्न उत्प्रेरित गर्ने
- फ्लिपचार्टलाई विभिन्न (A1 & A4) साईजमा छाप्ने
- ठूला आकार (A1) का फ्लिपचार्टहरू स्वास्थ संस्था र पुनस्थापना केन्द्रहरूमा प्रयोग गर्न उपयोगी हुन्छन् । र साना आकार (A4) साईजका फ्लिपचार्टहरूलाई समुदाय वा परिवारमा सानासाना समूह छलफलमा प्रयोग गरिन्छन् । यस्ता फ्लिपचार्टलाई टिकाउ राख्न प्लास्टिकले मोड्नु वा लेमिनेशन गर्नुपर्छ ।

यस्ता साना फ्लिपचार्टहरूलाई कम पढेका वा निरक्षर व्यक्तिहरूले पनि बुझ्ने गरी चित्रहरू सहित बनाउनु पर्छ । उक्त चार्टलाई व्याख्या गर्न आवश्यक अरू पाठ्यसामाग्रीहरू चार्टको पछाडी राखिनु पर्छ ।

- प्रशिक्षक र सहयोगीहरूले प्रयोग गर्ने निर्देशिका पाठ्यक्रम हो र फ्लिपचार्टमा राखिने सामाग्रीहरू त्यसैको आधारमा हुनुपर्छ ।
- यो सम्पूर्ण सामाग्रीहरूलाई सरकारी वा जनस्वास्थ्यसँग सरोकार राख्ने संस्थाहरूमा वकालत/पैरवी गर्न पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।